

BARBARA MACIEJEWSKA

**WYKŁAD OTWARTY MARZENY BUBAK  
*GRUPA TERAPEUTYCZNA W DZIAŁANIU*  
(WARSZAWA, 16 LUTEGO 2013 R.)**

W Centrum Pomocy Profesjonalnej (CPP) w Warszawie 16 lutego 2013 roku odbył się wykład otwarty pt. *Grupa terapeutyczna w działaniu*. Było to kolejne spotkanie z cyklu otwartych wykładów dla studentów. Tym razem prelegentką była mgr Marzena Bubak, psycholog i psychoterapeuta zajmująca się w CPP terapią analityczną. Odczyt wysłuchała grupa kilkunastu studentek psychologii i pedagogiki.

Prelegentka rozpoczęła spotkanie od krótkiej autoprezentacji. Następnie wskazała na motto spotkania, którym jest myśl Dana Browna: „Jednostka nie może naprawdę poznać siebie bez lustra innych”. Po tym omówiła problem współczesnej rodziny w dwóch aspektach: po pierwsze, jako grupy pierwotnej, w której kształtuje się osobowość dziecka, jego inteligencja i dojrzałość będąca podstawą jego doświadczeń, i po drugie, jako grupy społecznej, w której przekazuje się wzory postępowania prospołecznego. Porównując rodzinę do lustra, Bubak stwierdziła, że dziecko ma możliwość zobaczenia siebie samego w oczach swoich rodziców, rodzeństwa, dziadków. W tej samej rodzinie młody człowiek poznaje konflikty – tak zewnętrzne, jak i wewnętrzne – z którymi musi sobie poradzić.

Przechodząc do prezentacji terapii analitycznej, prelegentka przedstawiła jej cel, którym jest spowodowanie zmian pozwalających jednostce na dojrzałe i swobodniejsze radzenie sobie z problemami. Drogą do osiągnięcia tego celu jest praca z członkami grupy na sesjach psy-

choterapeutycznych, podczas których przepracowywane są, zakłócające funkcjonowanie pacjentów, fantazyjne i wczesnodziecięce źródła konfliktów.

Kolejnymi zagadnieniami przedstawionymi na odczycie były koncepcja „podtrzymywania” (*holding*) autorstwa pediatry i psychoanalityka Donalda Woodsa Winnicotta oraz zaproponowana przez psychoanalityka Wilfreda Ruprechta Biona teoria „pomieszczania” (*container; contained*). Pierwszy z tych terminów wskazuje na to, że dobra matka potrafi zapewnić dziecku środowisko podtrzymujące, które uwzględnia jego wrażliwość, służy rozwojowi i równoważy potrzeby psychofizyczne dziecka. Druga wskazuje na matkę jako na swoisty kontener na stany umysłu jej niemowlęcia. Małe dziecko przeżywa całym ciałem każdy ból i lęk, nie uświadamiając go sobie, lecz projektując na zewnątrz. Niezmiernie ważna jest rozmowa matki z dzieckiem. Bubak wyjaśniła pojęcie „podtrzymanie” w odniesieniu do grupy analitycznej jako klasyfikację pacjentów, którą uzyskał przez wcześniejsze przygotowanie ich na indywidualnych spotkaniach, informowanie o godzinie i miejscu spotkania oraz wyznaczanie stałego terminu. Wytworzone w ten sposób środowisko podtrzymujące powinno być stałe. Termin „pomieszczanie” został wyjaśniony jako zdolność jednostki do myślenia o swojej psychice i relacjach ze światem zewnętrznym podczas swobodnej dyskusji, która toczy się w grupie, umożliwiając komunikowanie oraz nieświadome i świadome myślenie o doświadczeniu uczestników.

W dalszej części wykładu Bubak omówiła procesy i zjawiska, które prowadzą do wyleczenia pacjenta. Są nimi: (1) powtórzenie – przy dobrze zorganizowanej grupie, jako powtórzenie głównych konfliktów wewnętrznych, (2) korektywne doświadczenie emocjonalne – uwidacznia się nie tylko w grupie, pacjent zaczyna zauważać, jak jego wzory zachowania ujawniają się w grupie, jeśli potrafi połączyć swoje zachowania obecne i przeszłe, łatwiej będzie mu zrezygnować z tych, które go ograniczały, (3) przymierze terapeutyczne jako zdolność pacjenta do nawiązania współpracy z terapeutą oraz do jej utrzymania, (4) odzwierciedlenie (*mirroring*) – grupa staje się „holem pełnym luster”, występuje jako podstawowy proces terapeutyczny, (5) rezonans jako specyficzny

oddźwięk na specyficzny bodziec, jako stałe zjawisko w procesie grupowym, (6) zasada ekwiwalencji, którą Werner Beck opisuje jako swobodną rozmowę w grupie o aktualnych wydarzeniach, zwykle dzieje się to w sposób nieświadomy, (7) przeniesienie jako nieświadomy proces, przeniesienie uczuć, postaw, oczekiwań, pragnień pacjenta, które kierował wcześniej w stronę osób ważnych w dzieciństwie, a obecnie kieruje na inne osoby: terapeutę, członków grupy i (8) przeciwprzeniesienie – nieświadoma reakcja psychoterapeuty na pacjenta, zwłaszcza na jego przeniesienie.

Odczyt zakończyła prezentacja faz rozwoju grupy według Jvonne Agazarian i Richarda Petersa. Zgodnie z tą koncepcją pacjenci przechodzą proces od postrzegania psychoterapeuty jako jedynej osoby zdolnej im pomóc, przez rozczarowanie i krytykowanie każdego słowa wypowiedzianego przez psychoterapeutę, aż do poczucia związania. Bubak porównała ostatnią fazę do procesu żałoby.

Po odczycie uczestnicy mieli możliwość zadawania pytań. Szczególnie interesujące były odpowiedzi prelegentki, w których odwoływała się ona do przykładów ze swojej praktyki pracy terapeutycznej.